

ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ИНТЕЛЛЕКТ

программа повышения квалификации

очная форма обучения

с применением электронного обучения
и/или дистанционных образовательных технологий

16 академических часов

О ПРОГРАММЕ

Все люди испытывают эмоции, однако, не все умеют с ними обращаться. Курс «Эмоциональный интеллект» повысит вашу эмоциональную компетентность, позволит научиться понимать себя, управлять своим состоянием и использовать эти навыки для того, чтобы успешно работать с другими людьми. В курсе рассказывается, какие шаги необходимо сделать для того, чтобы это стало возможным.

ПРОГРАММА КУРСА

1. ЭМОЦИИ И ЦЕННОСТИ.

Что такое эмоции и почему они важны. Прокрастинация. Проявление эмоций. Язык тела.

2. ПУТЬ К ЭМОЦИОНАЛЬНОМУ ИНТЕЛЛЕКТУ.

Путь к эмоциональному интеллекту: наблюдение, интерпретация, пауза, выбор направления, получение обратной связи, оценка, повторение.

3. АСПЕКТЫ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА.

Признаки и следствие адекватного самовосприятия. Управление эмоциями. Эмпатия: признаки и следствие. Умение поддерживать отношение как важный аспект эмоционального интеллекта. Внутренняя мотивация как следствие развитого эмоционального интеллекта.

**ВЫ ПОЛУЧАЕТЕ УДОСТОВЕРЕНИЕ О ПОВЫШЕНИИ КВАЛИФИКАЦИИ
(БЕССРОЧНАЯ ЛИЦЕНЗИЯ №4556 ОТ 28.09.2021)**